

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Anemia gizi merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia. Sebagian besar anemia gizi ini adalah anemia gizi besi. Penyebab anemia gizi besi terutama karena makanan yang dimakan kurang mengandung besi, terutama dalam bentuk besi-hem. Di samping itu pada wanita karena kehilangan darah karena haid dan persalinan (Almatsier, 2015).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan diseluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia (Choiriyah, 2015). Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja putri. Menurut *World Health Organization* (WHO) 2013, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (Kemenkes,2013).

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan penderita berumur 15-24 tahun sebesar 18,4 %. Wanita mempunyai resiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2013). Penelitian mengenai anemia telah banyak dilakukan, baik pada kelompok usia anak pra sekolah, remaja ataupun wanita hamil, sebagai kelompok usia yang beresiko mengalami anemia (Fikawati, dkk. 2017).

Data penelitian yang dilakukan oleh Nisa Sayyidatun (2017) pada wanita usia subur di Kecamatan Terbanggi Besar Lampung Tengah, prevalensi kejadian anemia sebesar 56,48%. Data penelitian yang dilakukan oleh Martini (2015) pada remaja putri di MAN 1 Metro, prevalensi kejadian anemia sebesar 40%. Data penelitian yang dilakukan oleh Widiyanti pada tahun (2018) pada remaja putri di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung, prevalensi kejadian anemia sebesar 39,1%.

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami

menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja (Choiriyah, 2015). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi Eka (2015) menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kejadian anemia remaja putri. Responden dengan asupan energi tidak baik memiliki peluang 8,379 kali untuk menderita anemia defisiensi besi.

Anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, pendarahan yang hebat, diet yang buruk, kurangnya kadar zat besi dalam tubuh, kekurangan protein, dan vitamin C. Rendahnya asupan zat besi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi pangan sebagai sumber zat besi sangat memengaruhi terjadinya anemia. Besi merupakan mikro elemen yang esensial bagi tubuh, sebagai faktor utama pembentuk hemoglobin.

Faktor lain yang memengaruhi anemia adalah vitamin C. Vitamin C memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia, kolerasi bersifat positif menunjukkan semakin tinggi asupan vitamin C maka kadar Hb akan semakin tinggi. Vitamin C memiliki fungsi sebagai promotor terhadap absorpsi besi dengan cara mereduksi besi ferri menjadi ferro. Suplementasi vitamin C juga meningkatkan penyerapan zat besi dari pangan nabati (non-hem) (Choiriyah, 2015). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Denistikasari (2016), menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia. Prevalensi asupan vitamin C kurang dan mengalami anemia sebesar 72,7%.

Faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian anemia adalah pengetahuan. Pengetahuan gizi remaja merupakan kemampuan untuk menerapkan informasi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makanan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal (Anwar dan Khomsan, 2009). Berdasarkan penelitian Putri (2018), menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia.

Salah satu gangguan penyerapan zat besi adalah kebiasaan minum teh. Teh adalah salah satu minuman yang paling populer di dunia. Indonesia merupakan negara penghasil teh terbesar keenam di dunia dengan tingkat konsumsi

teh orang Indonesia mencapai 0,8 kg/kapita/tahun. Minum teh sudah menjadi tradisi di keseharian masyarakat Indonesia hampir setiap rumah menyimpan teh sebagai salah satu minuman favoritnya dimana orang Indonesia terbiasa mengkonsumsi teh setelah makan (Bambang, 2013) dalam Pratiwi Dian (2019). Teh mengandung senyawa zat tanin yang bisa memberikan efek menghambat penyerapan zat besi apabila dihubungkan dengan kombinasi makanan yang diserap pada waktu makan makanan tertentu. Jika tubuh kekurangan zat besi maka pembentukan butir darah merah hemoglobin berkurang (Besral, 2010) dalam Pratiwi Dian (2019). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Suni (2016), menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan ( $p < 0,05$ ) dan memiliki korelasi yang negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin sering kebiasaan minum teh maka semakin rendah pula kadar hemoglobin ( $p = 0,001$ : -0,463). Prevalensi kebiasaan minum teh sering dan mengalami anemia sebesar 72,4%.

Menurut data dari WHO tahun 2014, jumlah penderita anemia sangat mencengangkan sebanyak 4-5 milyar penduduk dunia atau 60-80% dari populasi penduduk dunia mengalami anemia. Dua milyar penduduk atau lebih dari 30% populasi penduduk dunia mengalami anemia terutama karena defisiensi zat besi. WHO Regional Office SEARO menyatakan bahwa 25-40% remaja putri menjadi penderita anemia tingkat ringan sampai berat di Asia Tenggara, sedangkan di negara berkembang terdapat 370 juta wanita yang menderita anemia defisiensi zat besi dengan 41% wanita tidak hamil dan di India, prevalensi anemia dari 45% telah dilaporkan untuk remaja putri (WHO, 2014).

Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi, Menurut Riskesdas 2013, proporsi anemia menurut kriteria umur 5-14 tahun 26,4 % dan umur 15-24 tahun 18,4 %, menurut kriteria jenis kelamin laki-laki 18,4% dan perempuan 23,9%, dan kriteria tempat tinggal diperkotaan 20,6% dan perdesaan 22,8 %. Propinsi Lampung tercatat sebagai peringkat pertama di wilayah Sumatera untuk jumlah penderita anemia. Tingginya kejadian anemia pada siswi di Provinsi Lampung yaitu sebanyak 69,7% dengan defisiensi besi, angka itu lebih tinggi dari angka anemia gizi nasional yang hanya sekitar 63,3% (Dinkes Provinsi Lampung, 2016).

Pondok pesantren Assalafiyah berlokasi di Desa Tanjung Baru Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan di pondok pesantren tersebut belum pernah ada yang melakukan penelitian dan penyuluhan tentang anemia pada remaja putri, padahal dampak dari anemia itu sendiri dinilai sebagai masalah yang sangat serius terhadap kesehatan masyarakat. Masalah kesehatan masyarakat yang berkaitan dengan kejadian anemia pada remaja adalah pucat, lemah, letih, pusing, selain itu dapat menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan otak, meningkatkan resiko menderita penyakit infeksi karena daya tahan tubuh menurun.

Tingginya prevelensi dan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja ini melatarbelakangi peneliti untuk mengetahui gambaran pengetahuan, asupan dan status anemia pada remaja putri di pondok pesantren assalafiyah kecamatan merbau mataram kabupaten lampung selatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Bagaimana Gambaran Pengetahuan, Asupan dan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan ?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

tujuan Gambaran Pengetahuan, Asupan dan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui gambaran status anemia (Kadar Hb) pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.
- b. Diketahui gambaran asupan energi pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.
- c. Diketahui gambaran asupan protein pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.
- d. Diketahui gambaran asupan zat besi (Fe) pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.
- e. Diketahui gambaran asupan vitamin C pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.
- f. Diketahui gambaran pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.
- g. Diketahui gambaran kebiasaan minum teh pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat menjadi bukti empirik pengetahuan, asupan dan status anemia pada remaja putri di pondok pesantren Assalafiyah Merbau Mataram Lampung Selatan bahan referensi dan evaluasi pengembangan penelitian selanjutnya.

### **2. Manfaat Aplikatif**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan tentang gambaran pengetahuan, asupan, dan status anemia pada remaja putri di pondok pesantren Assalafiyah Merbau Mataram Lampung Selatan sehingga penyebab dapat ditangani.

### **3. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada remaja putri tentang anemia dan pengetahuan tentang asupan gizi seimbang agar dapat mencegah terjadi anemia.

## **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian ini bertujuan melihat tentang Gambaran Pengetahuan, Asupan dan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan. Dalam penelitian ini dilakukan pengukuran kadar Hb, *recall* asupan energi, *recall* asupan protein, *recall* asupan zat besi (Fe), *recall* asupan vitamin C, pengetahuan tentang anemia dan kebiasaan minum teh. Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan pada bulan April-Mei 2021.